



## « دستور العمل ایمنی برای مسافرت های تابستانی »

### ۱- دستورالعملهای ایمنی هنگام خارج شدن از منزل :

- آتشپز خانه می تواند مرکز بروز خطرات در خانه باشد، هنگام ترک منزل به منظور مسافرت در مورد وسایل برقی و گازی دقت کافی داشته باشید و مطمئن شوید که وسایل برقی غیر ضروری از مدار خارج و شیر کلیه وسایل گازسوز بسته باشد.
- بستن شیرفلکه آب سرد و گرم ساختمان هنگام خروج از منزل به قصد مسافرت الزامی است.
- هنگام انجام سفرهای کوتاه ، کودکان را در خانه تنها نگذارید.
- در زمانی که شرایط آب و هوایی برای سفر مناسب و پایدار نیست از مسافرت خودداری کنید.
- مواد غذایی فاسد شدنی را در حد امکان در مقصد تهیه کنید نه در مبدأ.
- چنانچه منزل شما مجهز به سیستم دزدگیر و یا آژیر است قبل از مسافرت آنها را کنترل کنید و از درست عمل کردن آنها مطمئن شوید.
- خواب آلودگی یکی از علل رایج تصادفات جاده ای است ، بنابر این شب قبل از مسافرت استراحت کافی الزامی است.
- کلید منزل را در اختیار افراد غیر مطمئن قرار ندهید و در صورت مفقود شدن کلید ، قفل درب اصلی را تعویض کنید.
- یکی از افراد مورد اطمینان خود را در زمان نبود خودتان مسئول حفاظت و رسیدگی به منزل کنید.
- پیش از حرکت از سلامت خودرو مطمئن شوید و از مسافرت با خودروی معیوب پرهیز کنید همچنین لوازم مورد نیاز اولیه و ضروری مثل ظروف آب و روغن ، زاپاس سالم ، علامت احتیاط ، جعبه کمک های اولیه ، تسمه پروانه ، شمع ، پلاتین و ... را به همراه داشته باشید.
- هنگام مسافرت و رانندگی از پاک کردن چراغ ها و شیشه های عقب و جلوی خودرو غفلت نکنید.
- هنگام مسافرت حتماً یک دستگاه خاموش کننده دستی به همراه داشته باشید تا در صورت بروز آتش سوزی در خودرو از آن استفاده کنید.
- شماره تلفن های ضروری را به همراه داشته باشید.

## ۲- دستورالعملهای ایمنی هنگام سفر :

- هنگام رانندگی اگر احساس کردید که خواب و خستگی بر شما چیره می شود ، در محلی امن توقف کنید ، چراغ‌های خطر خودرو را روشن کنید و به استراحت بپردازید.
- همواره در جعبه کمک های اولیه ، یک سری کیت مخصوص مارگزیدگی داشته باشید و در صورت مارگزیدگی نوع و شکل ظاهری مار را به خاطر بسپارید زیرا شناسایی نوع مار در درمان مارگزیدگی بسیار مهم است.
- هنگام مسافرت و رانندگی در شب مایعاتی نظیر قهوه و چای که انسان را پر انرژی و شاداب تر می کنند بنوشید.
- هنگام رانندگی در آزاد راه ها نکات ذیل را به خاطر داشته باشید :
  - ۱- پس از قرار گرفتن در خط عبور آزاد راه با توجه به سرعت های مجاز و مشخصات وسیله نقلیه خود ( تندر و - کندرو ) در خط تعیین شده حرکت کنید.
  - ۲- هنگام تغییر مسیر با حفظ فاصله و احتیاط کامل از چراغ راهنما استفاده کنید.
  - ۳- قبل از حرکت به سرنشینان خودرو گوشزد کنید هنگام حرکت خودرو از بیرون قرار دادن دست و سر خود از پنجره خودداری کنند.
  - ۴- سرنشینان خودرو حتماً از کمربند ایمنی استفاده کنند و به کودکان خود ضرورت استفاده از کمربند ایمنی را آموزش دهید.
  - ۵- از نور بالا فقط در مواقع ضروری استفاده کنید.
  - ۶- هنگام رانندگی از صحبت کردن با تلفن همراه و یا با سایر سرنشینان حتی المقدور پرهیز کنید.
  - ۷- جاده همیشه تسلیم راننده با احتیاط است و راه باز و سوسه انگیز است پس با سرعت مجاز رانندگی کنید.
  - ۸- در کنار آزاد راه ها توقف نکنید ، با کمی حوصله به نزدیک ترین پارکینگ خواهید رسید، در صورت ضرورت خودرو خود را به شانه خاکی هدایت کنید.
  - ۹- پرتاب ته سیگار از پنجره خودرو باعث بروز آتش سوزی در اماکن طبیعی و گردشگری است.
- از مسافرت با وانت خودداری کنید.
- برای حفظ سلامتی خود و خانواده همیشه در سفر از غذای سبک، سالم و بهداشتی استفاده کنید.
- از پرتاب کردن شیشه نوشابه و شیشه های قطور که مثل عدسی عمل می کنند در محیط های طبیعی خودداری کنید زیرا درصد بالایی از آتش سوزی های جنگل از این جا آغاز می شوند.
- در مسافرت ها هنگام نیاز به وسایل گرمازا حتی المقدور از روشن کردن اجاق صحرایی بپرهیزید.
- در صورت روشن کردن اجاق صحرایی هنگام ترک محل آتش را با ریختن آب کافی خاموش کنید.
- در جنگل ها و بوستان ها از پرتاب کردن ته سیگار خودداری کنید.
- در طول مسافرت از بازی کردن کودکان در جاده ، کنار پرتگاه ها و حاشیه رودخانه ها جلوگیری کنید.

- در صورت استفاده از چادر برای استراحت دور تا دور چادر نمک بپاشید تا از گزند جانوران موذی در امان بمانید.
- قبل از بازی، بار و بنه اطراف خود را بازرسی و کنترل کنید. (از نظر حفر چاه، گودال، خطرات بالقوه و ...).
- سعی شود کنار مسیر خودروها، سیلاب پرتگاه، کنار رودخانه ها و مکان هایی که احتمال ریزش وجود دارد اطراق نکنید.

### ۳- دستورالعملهای ایمنی در مقصد:

- ورود خود را به مقصد به بستگان اطلاع دهید.
- همواره کارت شناسایی، شماره تلفن و آدرس محل اقامت را همراه خود و به ویژه همراه کودکان و سالمندان داشته باشید.
- پیوسته مراقب کودکان خود باشید تا از دسترس شما دور نشوند.
- به منظور آشنایی با محل اقامت خود اطلاعات راهنمای شهری را از مبادی ذیربط به ویژه سازمان ایرانگردی و جهانگردی تهیه کنید.
- مکانی را برای اسکان انتخاب کنید که از ایمنی لازم برخوردار باشد.
- در صورت استفاده از وسایل گرمایشی و پخت غذا، از سلامت وسایل و نشت نکردن گاز و تهویه مناسب محل اسکان اطمینان حاصل کنید.
- در سفر مراقب پول و اشیای قیمتی خود باشید، حتی المقدور سعی کنید از همراه داشتن پول زیاد و زیورآلات گرانبها خودداری و در صورت نیاز آن را به صندوق امانات بسپارید.
- در لحظات اولیه ورود به محل اسکان، وسایل ایمنی و راه های خروج را به خاطر بسپارید تا در زمان نیاز سریعتر اقدام کنید.